

# HAMMER STRENGTH®

## HAMMER STRENGTH®

### HD SPARC

دليل المالك

PT-SC





مركز كولومبيا III ، ويست برين ماورأفيتون، روزمونت، إلينوي 60018 • الولايات المتحدة الأمريكية  
847.288.3300 • فاكس: 847.288.3703  
رقم هاتف الخدمة: 800.351.3737 (رقم الهاتف المجاني داخل الولايات المتحدة الأمريكية، كندا)  
الموقع العالمي: [www.lifefitness.com](http://www.lifefitness.com)

المكاتب الدولية

جميع دول أوروبا والشرق الأوسط وأفريقيا (EMEA) الأخرى وأعمال موزع أوروبا والشرق الأوسط وأفريقيا\*

Life Fitness Atlantic BV

Bijdorplein 25-31  
LB Barendrecht 2992

هولندا

3118064666+

البريد الإلكتروني للخدمة:

[emeaservicesupport@lifefitness.com](mailto:emeaservicesupport@lifefitness.com)

أوروبا والشرق الأوسط وأفريقيا (EMEA)

بلجيكا وهولندا ولوكسمبورغ

Life Fitness Atlantic BV

Bijdorplein 25-31  
LB Barendrecht 2992

هولندا

3118064666+

البريد الإلكتروني للخدمة:

[service.benelux@lifefitness.com](mailto:service.benelux@lifefitness.com)

البريد الإلكتروني للمبيعات/التسويق:

[marketing.benelux@lifefitness.com](mailto:marketing.benelux@lifefitness.com)

الأمريكان

أمريكا الشمالية

Life Fitness, LLC

Columbia Centre III  
9525 برين ماور أفينو

.Rosemont, IL 60018 U.S.A

هاتف: 3300 288 (847)

البريد الإلكتروني للخدمة:

[customersupport@lifefitness.com](mailto:customersupport@lifefitness.com)

البريد الإلكتروني للمبيعات/التسويق:

[commercialsales@lifefitness.com](mailto:commercialsales@lifefitness.com)

آسيا والمحيط الهادئ (AP)

اليابان

Life Fitness Japan, Ltd

Minami Aoyama 1F/B1F 4-17-33  
Minato-ku - Tokyo 107-0062

اليابان

هاتف: 0120.114.482 (81+)

فاكس: 0509-5770-03 (81+)

البريد الإلكتروني للخدمة: [service.lfj@lifefitness.com](mailto:service.lfj@lifefitness.com)

البريد الإلكتروني للمبيعات/التسويق:

[sales@lifefitnessjapan.com](mailto:sales@lifefitnessjapan.com)

المملكة المتحدة

Life Fitness المملكة المتحدة المحدودة

الوحدة 109

انتظار عمل طريق لانكستر

Ely, Cambs, CB6 3NX

تليفون: المكتب العمومي (44+) 1353.666017

دعم العملاء (44+) 1353.665507

البريد الإلكتروني للخدمة: [uk.support@lifefitness.com](mailto:uk.support@lifefitness.com)

البريد الإلكتروني للمبيعات/التسويق: [life@lifefitness.com](mailto:life@lifefitness.com)

البرازيل

Life Fitness Brasil

Av. Rebouças, 2315

Pinheiros

São Paulo, SP 05401-300

البرازيل

خدمة العملاء: 8282 773 0800 الخيار 2

هاتف: 55+ (11) 5200 3095 الخيار 2

البريد الإلكتروني للخدمة: [suportebr@lifefitness.com](mailto:suportebr@lifefitness.com)

البريد الإلكتروني للمبيعات/التسويق: [vendasbr@lifefitness.com](mailto:vendasbr@lifefitness.com)

هونغ كونغ

Life Fitness Asia Pacific LTD

F, Global Trade Square/26  
Wong Chuk Hang Road 21

Wong Chuk Hang

هونغ كونغ

الهاتف: 25756262 (852+)

الفاكس: 25756894 (852+)

البريد الإلكتروني للخدمة: [service.hk@lifefitness.com](mailto:service.hk@lifefitness.com)

البريد الإلكتروني للمبيعات/التسويق:

[marketing.hk.asia@lifefitness.com](mailto:marketing.hk.asia@lifefitness.com)

ألمانيا والنمسا وسويسرا

Life Fitness Europe GMBH

Neuhofweg 9

Unterschleißheim 85716

ألمانيا

هاتف:

31775166 / 89 (0) 49+ ألمانيا

6157198 / 1 (0) 43+ النمسا

000901 / 848 (0) 41+ سويسرا

البريد الإلكتروني للخدمة: [kundendienst@lifefitness.com](mailto:kundendienst@lifefitness.com)

البريد الإلكتروني للمبيعات/التسويق: [vertrieb@lifefitness.com](mailto:vertrieb@lifefitness.com)

أمريكا اللاتينية والكاريبي\*

Life Fitness, LLC

Columbia Centre III

9525 برين ماور أفينو

.Rosemont, IL 60018 U.S.A

هاتف: 3300 288 (847)

البريد الإلكتروني للخدمة:

[customersupport@lifefitness.com](mailto:customersupport@lifefitness.com)

البريد الإلكتروني للمبيعات/التسويق:

[commercialsales@lifefitness.com](mailto:commercialsales@lifefitness.com)

جميع دول آسيا والمحيط الهادئ الأخرى وأعمال موزع آسيا والمحيط الهادئ\*

Life Fitness Asia Pacific LTD

F, Global Trade Square/26  
Wong Chuk Hang Road 21

Wong Chuk Hang

هونغ كونغ

الهاتف: 25756262 (852+)

الفاكس: 25756894 (852+)

البريد الإلكتروني للخدمة: [service.ap@lifefitness.com](mailto:service.ap@lifefitness.com)

البريد الإلكتروني للمبيعات/التسويق:

[marketing.hk.asia@lifefitness.com](mailto:marketing.hk.asia@lifefitness.com)

أسبانيا

Life Fitness IBERIA

C/Frederic Mompou 5,1ª

Sant Just Desvern Barcelona 08960

أسبانيا

هاتف: 93.672.4660 (34+)

البريد الإلكتروني للخدمة:

[servicio.tecnico@lifefitness.com](mailto:servicio.tecnico@lifefitness.com)

البريد الإلكتروني للمبيعات/التسويق:

[info.iberia@lifefitness.com](mailto:info.iberia@lifefitness.com)

\* راجع أيضًا [www.lifefitness.com](http://www.lifefitness.com) لمعرفة الممثل أو الموزع/الوكيل المحلي

.Additional information is available online using the links above

.تتوفر معلومات إضافية على الإنترنت باستخدام الرابط أعلاه

。点击上面的链接可在线获取更多信息

.Flere oplysninger er tilgængelige online gennem linket ovenfor

.Bijkomende informatie is online beschikbaar via bovenstaande link

.Vous trouverez plus d'informations en ligne à l'aide du lien ci-dessus

.Zusätzliche Informationen finden Sie online über den oben angegebenen Link

.Ulteriori informazioni sono disponibili online utilizzando il link sopra riportato

。追加情報は上記リンクを使用してオンラインで利用可能です

.상기 링크를 통해 온라인에서 추가 정보를 볼 수 있습니다

.Informações adicionais estão disponíveis on-line, através do link acima

.Дополнительная информация доступна в интернете по ссылке, указанной выше

.Mediante el enlace anterior podrá acceder a información adicional en línea

.Ytterligare information finns online genom att använda länken ovan

.İnternet üzerinden daha fazla bilgi edinmek için yukarıdaki bağlantıyı kullanabilirsiniz

.هناك معلومات إضافية متاحة على الإنترنت باستخدام الرابط أعلاه

.Informazio osagarria eskuragarri dago goiko estekaren bidez

.Допълнителна информация можете да намерите онлайн, като използвате връзката по-горе

.Mitjançant l'enllaç anterior podreu accedir a informació addicional en línia

。使用上面的連結線上提供額外資訊

.Dodatne informacije možete pronaći na internetu sljedeći vezu iznad

ከላይ የተቀመጠውን አገናኝ(ሊንክ) በመጠቀም መረጃዎች አንላይን ያገኛሉ።

.Lisätietoja on saatavissa verkosta käyttämällä yllä olevaa linkkiä

.Wubetumi anya nsem afoforo aka ho wa websait so denam asem a ewa atifi ho a wubemia so so

.Πρόσθετες πληροφορίες είναι διαθέσιμες online χρησιμοποιώντας το σύνδεσμο παραπάνω

ከላይ የተቀመጠውን አገናኝ(ሊንክ) በመጠቀም መረጃዎች አንላይን ያገኛሉ።

.További információ elérhető online, a fenti hivatkozás segítségével

.Viðbótarupplýsingar eru fáanlegar á netinu með því að smella á tengilinn hér fyrir ofan

.Plus indicium per superum situm potes invenire

.മുകളിലുള്ള ലിങ്ക് ഉപയോഗിച്ച് ഓൺലൈനിൽ കൂടുതൽ വിവരങ്ങൾ ലഭ്യമാണ്

.Ytterligere informasjon er tilgjengelig på nettet via linken ovenfor

.Dodatkowe informacje są dostępne online pod powyższym odnośnikiem

.Informações adicionais estão disponíveis online a usar o link acima

.Informații suplimentare sunt disponibile online, utilizând link-ul de mai sus

.Dodatne informacije dostupne su na mreži putem gornjeg linka

.Ďalšie informácie sú dostupné online na vyššie uvedenom odkaze

# جدول المحتويات

7	تعليمات السلامة.....	السلامة
8	اختيار واعداد الموقع.....	التجميع
9	إجراء التجميع.....	
14	الإعداد.....	
15	معايرة مستوى المقاومة.....	
15	اختبار التشغيل.....	
17	الطاقة البشرية الفردية مقابل الطاقة الميكانيكية.....	التشغيل
17	الاستخدام المقصود.....	
17	المصطلحات المستخدمة.....	
17	أدوات التحكم الخاصة بالمستخدم.....	
18	ذراع المقاومة.....	
18	ركوب الوحدة والترجل عنها.....	
19	دليل التشغيل السريع.....	
19	دليل التشغيل المفصل.....	
20	النتائج.....	
21	كيفية حساب دخل الطاقة مقابل القيمة المعروضة.....	
22	تحذيرات.....	الصيانة
22	تنظيف الوحدة.....	
22	البطاريات.....	
25	جدول الخدمة.....	
		مواصفات المنتج
27	معلومات الضمان.....	الضمان

Life Fitness® علامة تجارية مسجلة.

Gym Wipes® علامة تجارية لشركة PureGreen 24 Corporation. علامة تجارية لشركة Pure Green.

© حقوق الطبع 2025. Life Fitness, Hammer Strength, Cybex, ICG and SCIFIT are registered trademarks of Life Fitness, LLC. All Rights Reserved. Life Fitness, LLC and its affiliated companies and subsidiaries. Disclaimer: Images and specifications are current as of the date of publication and are subject to change.

• Columbia Center III - 9525 Bryn Mawr Ave., Rosemont, IL 60018 • 847-288-3300  
• [www.lifefitness.com](http://www.lifefitness.com) • 1018738-0002 AB • 2025

قد تؤدي التغييرات أو التعديلات التي تتم لهذه الوحدة دون اعتماد صريح من الطرف المسؤول عن الامتثال إلى بطلان سلطة المستخدم على تشغيل الجهاز.

تم اختبار هذا الجهاز ووجد أنه يمتثل لحدود الأحمرة الرقمية من الفئة B، وفقاً للجزء 15 من قواعد لجنة الاتصالات الفدرالية. وقد أعدت هذه الحدود لتوفير الوقاية المعقولة من التداخل في بيئة سكنية. هذا الجهاز يولد ويستخدم وقد يشع طاقة ذات تردد لاسلكي، وفي حال عدم التركيب والاستخدام وفقاً للتعليمات، فقد يتسبب في التداخل الضار مع الاتصالات اللاسلكية. مع ذلك، لا يوجد ضمان بعدم حدوث التداخل في أماكن محددة. إذا تسبب هذا الجهاز في التداخل الضار مع استقبال الراديو أو التلفزيون، الأمر الذي يمكن تحديده بتشغيل وإيقاف تشغيل الجهاز، فينبغي على المستخدم محاولة تصحيح التداخل عن طريق واحد أو أكثر من الإجراءات التالية:

- إعادة توجيه أو نقل هوائي الاستقبال.
- زيادة الفاصل بين الجهاز وجهاز الاستقبال.
- توصيل الجهاز بمأخذ على دائرة مختلفة عن دائرة توصيل جهاز الاستقبال.
- استشارة الوكيل أو فني راديو/تلفزيون خبير للمساعدة.

# 1. السلامة

## تعليمات السلامة

اقرأ كل التعليمات قبل الاستخدام.

يرجى الانتباه خصيصاً إلى تعليمات السلامة القاط الهامة التالية قبل اختيار المكان والبدء في تجميع المنتج.

### تحذيرات التشغيل

- تحذير:** قد تنتج الإصابات ذات الصلة بالصحة عن الاستخدام غير الصحيح أو الزائد لجهاز التدريب Life Fitness. يُوصى بشدة بمراجعة طبيب لإجراء فحص طبي شامل قبل بدء برنامج التدرّيب، لاسيما إذا كان المستخدم يمتلك تاريخ أسري من ارتفاع ضغط الدم أو الأمراض القلبية، أو فوق 45 سنة، أو يدخن، أو يعاني من ارتفاع الكوليسترول، أو يعاني من السمنة، أو لم يتدرب بانتظام في السنة الماضية. إذا غاف المستخدم، في أي وقت أثناء التدرّيب، من الإغناء أو البوار أو الألم أو ضيق في التنفس، فيجب عليه أو عليها التوقف على الفور.
- تحذير:** احصل على التعليمات قبل الاستخدام.
- تحذير:** قد تحدث إصابة خطيرة أو الوفاة في حال عدم اتباع الاحتياطات والتعليمات التالية الخاصة بالسلامة.
- تحذير:** تأكد من وجود مسافة 23.6 بوصة / 0.6 متر على الأقل خلف المنتج و 12 بوصة / 30 سنتيمتر على الأقل على الجانبين.
- تحذير:** الحصى الوحيدة. إذا كانت تالفة، فأخطر موظفي الطابق. لا تستخدمها.
- تحذير:** أقصى وزن للمستخدم هو 350 رطل (158 كجم).
- تحذير:** لا تستخدمه في التمدد ولا توصل الاحزمة أو احزمة أخرى.
- تحذير:** استخدم الدرابزين للدعم وللحفاظ على التوازن.
- تحذير:** المنتج غير مزود بميزة التبديل الحر. من ثم، لا يمكن إيقاف تشغيله تلقائياً.
- تحذير:** الأجزاء المتحركة وخطر السقوط.

• لتجنب التعرض لإصابة خطيرة، انظر حتى تتوقف ألواح القدم تماماً قبل النزول عن الوحدة.

• يتعدى إيقاف الأجزاء المتحركة على الفور، فالوحدة غير مزودة بالتبديل الحر.

**تحذير:** حافظ على نظافة وجفاف سطح لوحة القدم.



أبعد جميع أجزاء الجسم والملابس النفضاضة وأرطبة الحذاء والمناشف عن الأجزاء المتحركة.

- Life Fitness لا يتضمن أو يضمن ان اجزاء المحتوي المستخدمة في التصنيع تحت تصنيف Life Fitness الحالية من اللانكس. مستخدمو هذه المنتجات يجب ان يأخذوا جميع الاحتياطات لمنع التلامس الذي قد يؤدي الى تفاعلات لانكس غير مرغوب فيها.
- يتحمل مشتري منتجات Life Fitness وحدة مسؤولة قراءة دليل المالك والمصقات التحذيرية وتوجيه كل الأفراد، سواء كانوا المستخدمين النهائيين أو مسؤولي الإشراف، إلى استخدام الجهاز بطريقة صحيحة.
- يتحمل المشتري وحده مسؤولية توجيه التعليمات الصحيحة إلى المستخدمين النهائيين والإشراف على الموظفين التابعين له فيما يتعلق بإجراءات التشغيل الصحيحة بالنسبة لجميع الأجهزة Life Fitness.
- لا تستخدم أي جهاز بأي طريقة خلاف ما هو مصمم أو مخصص من قبل جهة التصنيع. من الضروري استخدام جهاز Life Fitness بشكل صحيح لتجنب الإصابة.
- قم بالوضع فوق سطح مستقر ومسطح في موضع أفقي أثناء الاستخدام للحصول على أقصى استقرار.
- قد تختلف الطاقة البشرية الفردية اللازمة لأداء التدريب عن الطاقة الميكانيكية المعروضة على المنتج.
- توخ الحذر عند تثبيت أو تفكيك المنتج. قبل التثبيت، استخدم الأذرع المتحركة لجعل لوح القدم الأقرب إليك في الموضع السفلي. استخدم المقودات الثابتة عند لزوم المزيد من الاستقرار. أثناء التدريب، تمسك بالأذرع المتحركة.
- لا تتجه إلى الخلف عند استخدام المنتج.
- اتبع تعليمات وحدة التحكم دائماً للتشغيل بشكل صحيح.
- هذا الجهاز غير مخصص للاستخدام بواسطة أشخاص (بما في ذلك أطفال) ذوي قدرات جسدية أو حسية أو عقلية محدودة، أو تفصهم الخبرة أو المعرفة ما لم يكونوا تحت إشراف أو يحصلوا على تعليمات بخصوص استخدام الجهاز من قبل شخص مسؤول عن سلامتهم.
- هذا الجهاز غير مخصص للاستخدام بواسطة أطفال. أبعاد الأطفال أقل من 14 سنة عن الآلة.
- لا تستخدم هذا المنتج في الخارج أو بالقرب من حمامات السباحة أو في مناطق ذات رطوبة عالية.
- لا يتم بتشغيل المنتج وفحات التهوية مسدودة. حافظ على خلو فحات الهواء من النسالة أو الشعر أو أي مادة معيقة.
- لا تدخل أشياء في أي فتحة بهذه المنتجات. إذا سقط شيء ما في الداخل، فقم بفصل الطاقة، وافصل السلك من المأخذ، واستعد بحذر. إذا تعذر الوصول إلى العنصر، فاتصل بخدمة دعم العملاء.
- لا تضع سوائل من أي نوع داخل الوحدة، إلا في درج الملحقات أو الحامل. يُوصى باستخدام حاويات ذات أغطية.
- لا تستخدم هذه المنتجات على الأقدام العارية. ارتد الأحذية دائماً، ارتد أحذية ذات نعل مطاطي أو عالية الجر. لا تستخدم أحذية بكعب أو نعال جلدية أو مرابط أو مسامير. تأكد من عدم وجود حصى مضمن في النعل.
- لا تصل إلى الوحدة، أو أسفلها، ولا تقلبها على جانبها أثناء التشغيل.
- لا تسمح للأشخاص الآخرين بالتداخل بأي طريقة مع المستخدم أو الجهاز أثناء التمرين.
- استخدم هذه المنتجات من أجل الاستخدام الذي صُممت له على النحو الوارد في هذا الدليل. لا تستخدم مرفقات غير موصى بها من قبل جهة التصنيع.

### التحذيرات والتنبيهات

- اقرأ كل التحذيرات الموجودة على كل منتج قبل بدء التمرين.
- تشير المصقات التحذيرية إلى موقف خطر محتمل قد يتسبب في التعرض لإصابة خطيرة أو الوفاة في حال عدم مراعاة الاحتياطات.
- الرسومات التحذيرية تشير إلى وضع خطير نوعاً ما من الممكن ان يؤدي الى اصابة خطيرة او تلف للماكينة اذا لم تتبع التعليمات.
- في حال فقد التحذيرات أو تلفها، يرجى الاتصال بخدمة دعم العملاء على الفور لاستبدال المصقات التحذيرية. تُشحن المصقات التحذيرية مع كل منتج وينبغي تثبيتها قبل استخدام الجهاز. Life Fitness غير مسؤولة عن المصقات التحذيرية المقفولة أو التالفة.
- تواصل مع خدمات دعم العملاء لاستبدال أي مصقات أو لوحات إرشادية متهترئة أو تالفة أو غير قابلة للقراءة ولتأكد من أنك تستخدم دائماً أحدث إصدار من المصقات واللوحات الإرشادية.

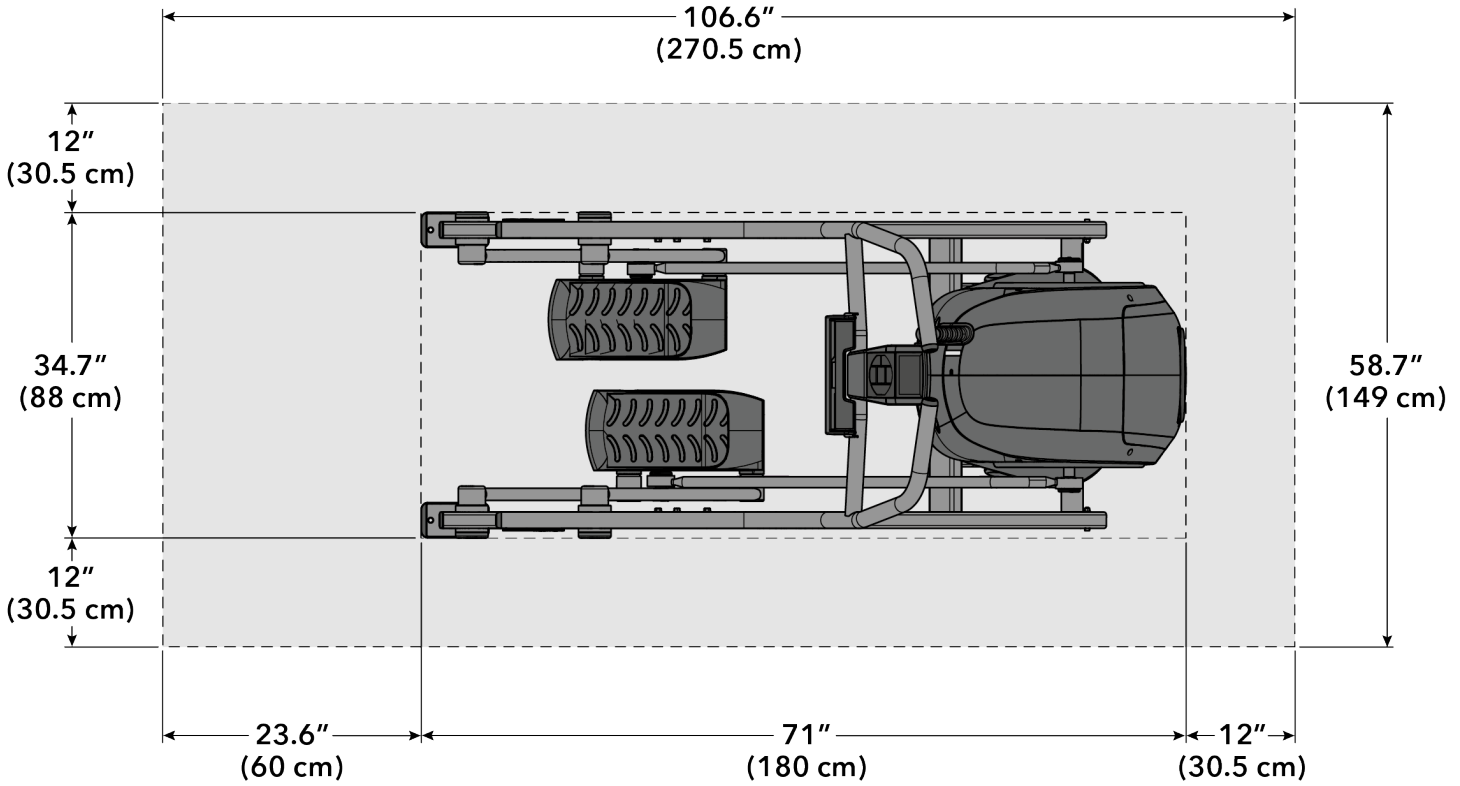
## 2. التجميع

اختيار وإعداد الموقع

أبعاد المنتج

الحجم (طول × عرض × ارتفاع)	بوصة = $60.6 \times 34.7 \times 71$	سم = $154 \times 88 \times 180$
المنطقة الحرة (طول × عرض × ارتفاع)	بوصة = $60.6 \times 58.7 \times 106.6$	سم = $154 \times 149 \times 270.5$

المساحة الخالية



قبل تجميع الوحدة، تأكد من تلبية الموقع المختار للمعايير التالية:

- المنطقة جيدة الإضاءة وجيدة التهوية.
- الصوت سليم من الناحية الهيكلية ومستوى بشكل مناسب.
- مساحة خالية للوصول إلى الوحدة والتفكيك في حالة الطوارئ. خلوص 23.6 بوصة (0.6 متر) على الأقل.
- يمكن أن تتشارك الوحدات المجاورة في المساحة الخالية.

يتحمل مالك المنشأة/مالك الجهاز مسؤولية التأكد من وجود خلوص مناسب حول كل ماكينة للسماح بالاستخدام والمرور الآمنين.

امتثالاً ADA (قانون المعاقين الأمريكيين)، يجب أن تكون هناك مساحة أرضية خالية قدرها  $30 \times 48$  بوصة على الأقل مخدمومة بطريق يمكن الوصول إليه لكل نوع من أجهزة التدريب. إذا كانت المساحة الخالية محاطة من ثلاثة جوانب (بالجدران أو الجهاز نفسه، على سبيل المثال)، فيجب أن تكون المساحة الخالية  $36 \times 48$  بوصة.

يجب أن تكون مساحة الأرضية الخالية لكل الأجهزة الأخرى 23 بوصة لكل نقاط الوصول بالجهاز.

الأبعاد الواردة في تعليمات التجميع بهذا اللبيل تتضمن الحد الأقصى لأبعاد أثر القدم (المستخدم).

## إجراء التجميع

سيلزم تخصيص لهذا الإجراء.

**نصيحة:** اقرأ كل التعليمات وافهمها جيدًا قبل تجميع هذه الوحدة. تحقق من جميع العناصر بجدد. في حال وجود تلف، ارجع إلى قسم خدمة العملاء من هذا الدليل لمعرفة الإجراء المناسب لإعادة أو استبدال أو إعادة طلب الأجزاء.

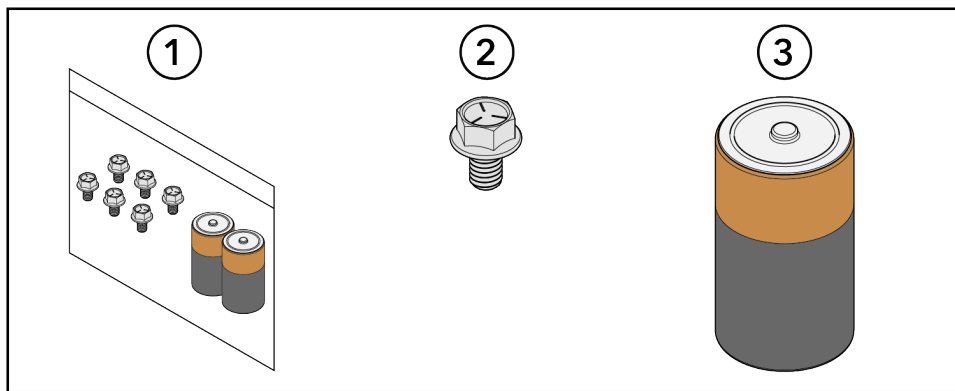
### قائمة المكونات والأجهزة

#### المكونات

العنصر	الوصف	الكمية
1	مجموعة القاعدة	1
2	مجموعة البرايزين	1
3	حشوة القدم	2
4	دليل المالك	1

#### الأجهزة

العنصر	الوصف	الكمية
1	أدوات الأجهزة، HD SPARC	1
2	المسار، HXS .5. × 18-312.	6
3	البطارية، خلية D 1.5 فولت الكالين	2



#### الأدوات المطلوبة

- مفك برأس مسطحة
- مقبض 1/2 بوصة مع مفتاح عزم
- مفتاح مفتوح الطرف 9/16 بوصة
- مفتاح ألين 4 مم
- مفتاح مفتوح الطرف 17 مم

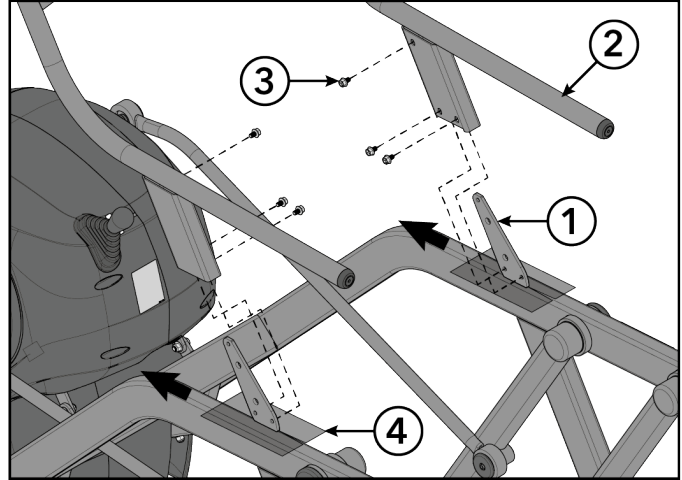
#### رفع الوحدة ونقلها

1. تم إزالة مسبار الربط الكبير ودعامات الشحن. احتفظ بمواد التعبئة على أذراع الربط في الوقت الحالي. فإن ذلك من شأنه أن يحمي الطلاء من الخدش أثناء التجميع.
2. أمسك بكل ساق من سيقان الدعم الخلفية بإحكام وارفعها بواسطة شخص واحد في كل جانب من الجانبين.
3. ارفع سيقان الدعم الخلفية السفلية حتى يمكن دوران مجلات النقل الأمامية على الأرضية.
  - استخدم طرق الرفع المناسبة.
4. انقل الوحدة إلى المكان المراد.
5. تم خفض سيقان الدعم الخلفية.

## تركيب مجموعة الدرازين

1. ضع مجموعة الدرازين في موضعها بمجموعة القاعدة.
2. قم بتركيب مسامير تثبيت مجموعة الدرازين في مجموعة القاعدة باستخدام مقبس 1/2 بوصة باستخدام مفتاح عزم.

الكمية	الوصف	العنصر
1	مجموعة القاعدة	1
1	مجموعة الدرازين	2
6	المسامير، HXS .5. × 18-312.	3
2	الغلاف البلاستيكي	4

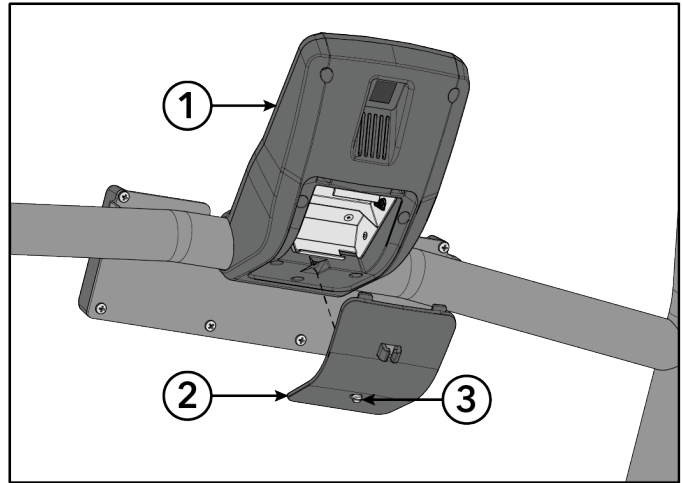


3. أزل الأغلفة البلاستيكية عن مجموعة القاعدة.

## تركيب البطاريات

1. قم بإزالة غطاء الوصول إلى البطارية عن طريق فك البرغي باستخدام مفك مسطح الرأس. سيظل البرغي في غطاء الوصول إلى البطارية.

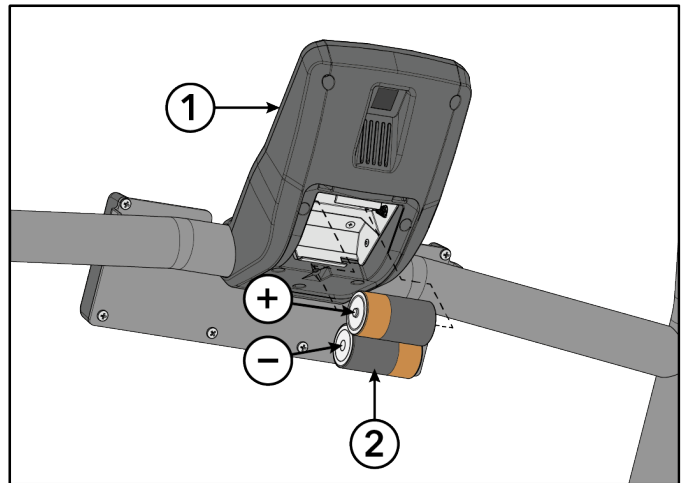
الكمية	الوصف	العنصر
1	وحدة التحكم	1
1	غطاء الوصول إلى البطارية	2
1	برغي	3



2. قم بتركيب البطاريتين كما هو موضح.

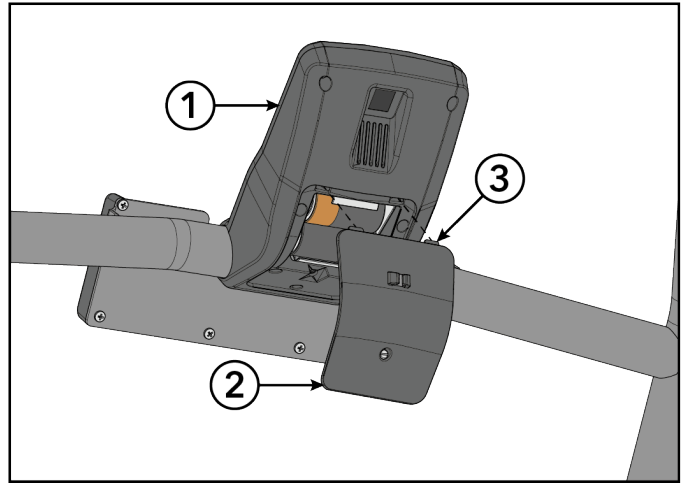
ملاحظة: يجب تركيب البطاريات في الاتجاه الصحيح.

الكمية	الوصف	العنصر
1	وحدة التحكم	1
2	البطارية، خلية D 1.5 فولت ألكالين	2



3. أدخل عروتا غطاء الوصول إلى البطارية في وحدة التحكم.

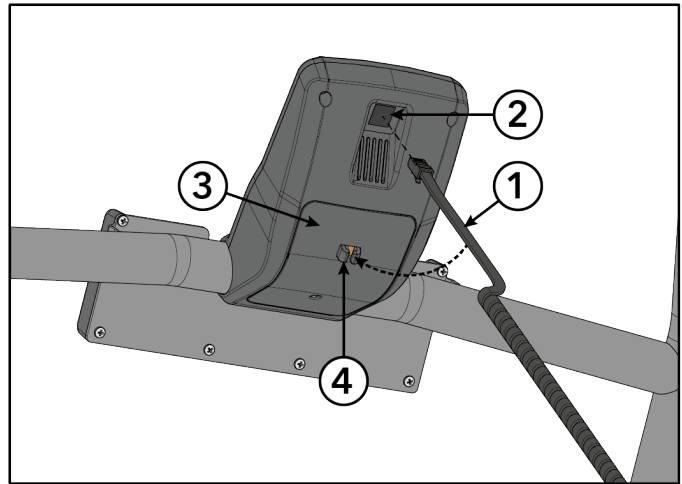
الكمية	الوصف	العنصر
1	وحدة التحكم	1
1	غطاء الوصول إلى البطارية	2
2	العروة	3



4. أحكم ربط غطاء الوصول إلى البطارية باستخدام مفك مسطح الرأس.

5. صل كابل وحدة التحكم من الغطاء بوحدة التحكم.

الكمية	الوصف	العنصر
1	كابل وحدة التحكم	1
1	وحدة التحكم	2
1	غطاء الوصول إلى البطارية	3
2	عروة التثبيت	4

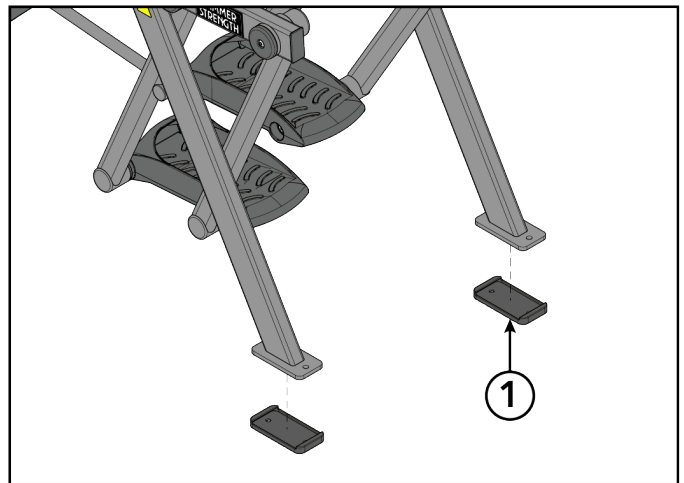


6. أدخل كابل وحدة التحكم في عرى التثبيت الموجودة بغطاء الوصول إلى البطارية.

### تركيب حشوات القدم

اطلب من أحد الأشخاص رفع الوحدة مع قيام شخص آخر بوضع حشوة القدم أسفل كل قدم من القدمين الخلفيتين.

الكمية	الوصف	العنصر
2	حشوة القدم	1



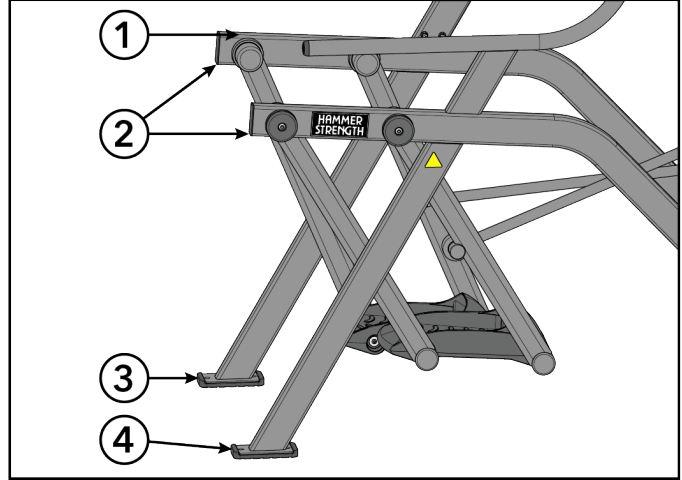
### مستوى الوحدة

سيعمل هذا الإجراء على موازنة الوحدة عن طريق ضبط الوزن بالتساوي على القدمين الخلفيتين. ستعمل موازنة الوحدة على تقليل الاهتزاز أثناء الاستخدام.

ملاحظة: الإشارات إلى اليسار واليمين من منظور المستخدم أثناء الاستخدام.

1. تأكد من توقف ألواح القدم تمامًا.
2. أمسك أحد جانبي الإطار وارفع القدم الخلفية عن الأرضية ببطء. ثم خفض القدم الخلفية على الأرضية.

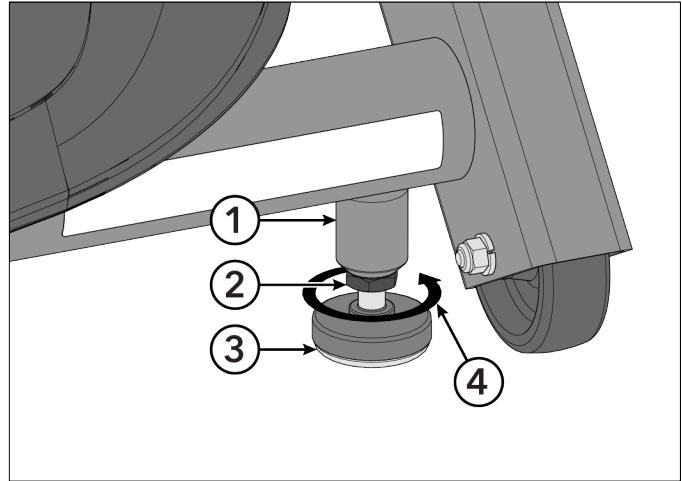
العنصر	الوصف	الكمية
1	الإطار	2
2	ارفع هنا	2
3	القدم الخلفية اليسرى	1
4	القدم الخلفية اليمنى	1



3. أمسك الجانب الآخر من الإطار وارفع القدم الخلفية عن الأرضية ببطء. ثم خفض القدم الخلفية على الأرضية.
- ملاحظة: لاحظ أي القدمين الخلفيتين أسهل عند رفعها عن الأخرى.

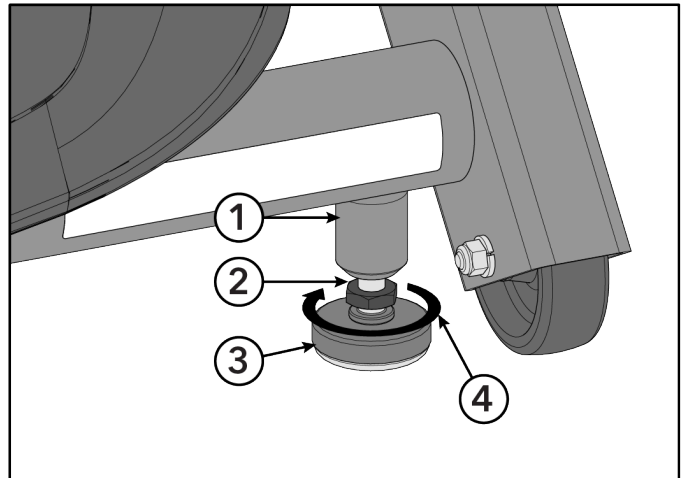
إذا كانت القدمين الخلفيتين مرفوعتين عن الأرض بالتساوي، فثبت كلا صامولتي زنق قدم الموازنة مقابل عمود الإطار باستخدام مفتاح ربط 17 مم مفتوح من الجانبين. الوحدة مترنة.

العنصر	الوصف	الكمية
1	عمود الإطار	1
2	صامولة الزنق	1
3	قدم الموازنة	1
4	أدر في عكس اتجاه عقارب الساعة للتثبيت	



4. اضبط وزن القدمين الخلفيتين باستخدام مفتاح ربط 17 مم مفتوح من الجانبين.
- إذا كان رفع القدم الخلفية اليسرى أسهل، فاضبط صامولة قدم الموازنة اليمنى لأسفل.
  - إذا كان رفع القدم الخلفية اليمنى أسهل، فاضبط صامولة قدم الموازنة اليسرى لأسفل.

العنصر	الوصف	الكمية
1	عمود الإطار	1
2	صامولة قدم الموازنة	1
3	قدم الموازنة	1
4	أدر في اتجاه عقارب الساعة لضبط قدم الموازنة لأسفل	



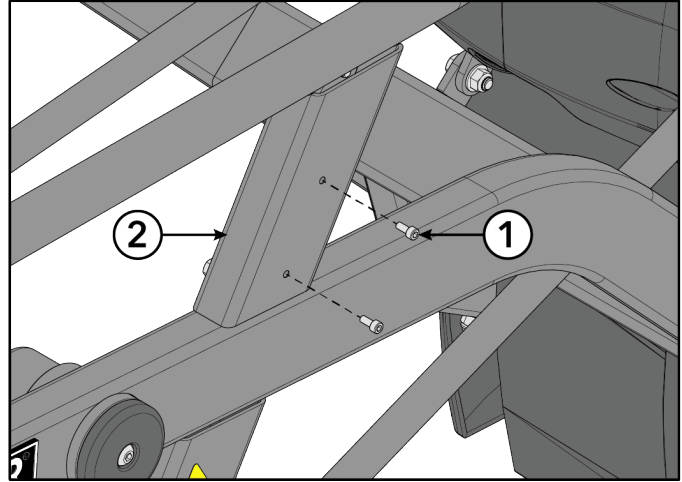
5. اختبر الوحدة مرة أخرى للوقوف على الوزن غير المتوازن على القدمين الحلفتين. اضبط واميل قدم الموازنة إلى أن تتساوى قوة كل قدم من القدمين الحلفتين.
6. ثبت صواميل الزنق باستخدام مفتاح 17 م مفتوح من الجانبين. الوحدة مترنة.

## تركيب حامل زجاجة المياه

يمكن تثبيت حوامل زجاجة مياه الدراجة القياسية في الإطار. لا تورد Hammer Strength حوامل زجاجة المياه.

1. تم بفك البراغي في جانب مجموعة الدرابزين باستخدام مفتاح ألن 4 م. احتفظ بالبرغي.

العنصر	الوصف	الكمية
1	برغي، M5 × 0.8, HXS. 16	2
2	مجموعة الدرابزين	1



2. تم بتركيب برغي تثبيت حامل زجاجة المياه في مجموعة الدرابزين باستخدام مفتاح ألن 4 م.

### فحص الوحدة بصرياً

1. تم بإزالة مواد التعبئة من الوحدة.
2. افحص الوحدة للتأكد من صحة التجميع واكتماله.

### الإعداد

استخدم التعليمات التالية لإعداد الوحدة.

1. أمسك بالدرابزين لتثبيت فئسك أثناء الخطو فوق ألواح القدم.
2. ابدأ في الهرولة.

### خيارات الإعداد

1. اضغط مع الاستمرار على السهم المتجه لأعلى ▲ والسهم المتجه لأسفل ▼ لمدة 3 ثوانٍ.
2. اضغط على المفتاح **انطلاق / دخول**.
3. انتقل إلى الأعلى والأسفل في قائمة الإعداد باستخدام السهم المتجه لأعلى ▲ والسهم المتجه لأسفل ▼.
4. انتقل إلى الأمام في قائمة الإعداد باستخدام المفتاح **انطلاق / دخول**.
5. انتقل إلى الخلف في قائمة الإعداد باستخدام المفتاح **إيقاف / مراجعة**.

### قائمة الإعداد

اللغة	للاختيار من بين اللغات المتوفرة
تدريب الفواصل	تحدد العمل الافتراضي: لتحديد فاصل العمل الافتراضي. تتراوح الخيارات بين 10 إلى 180 زيادات قدرها 10 ثوانٍ.
	تحدد الراحة الافتراضية: لتحديد فاصل الراحة الافتراضي. تتراوح الخيارات بين 10 إلى 180 زيادات قدرها 10 ثوانٍ.

### الخروج من وضع الإعداد

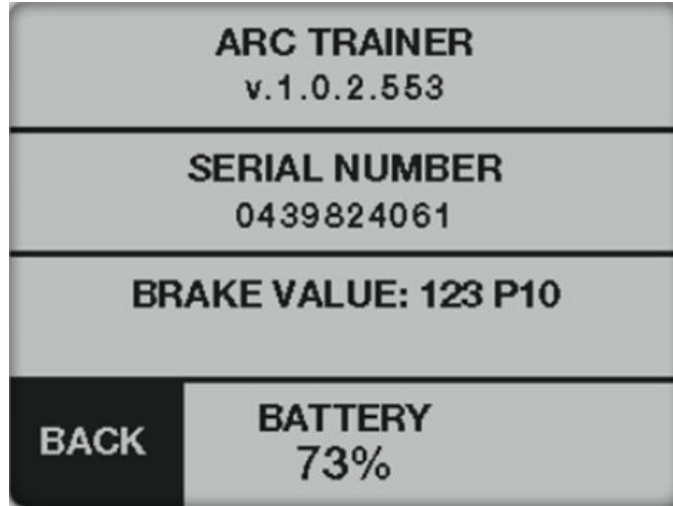
1. حدد عودة في قائمة الإعداد.
2. اضغط على المفتاح **انطلاق / دخول**.
3. حدد خروج في قائمة الإعداد.
4. اضغط على المفتاح **انطلاق / دخول**.

### استكمال الإعداد

## معايرة مستوى المقاومة

تم إجراء المعايرة هنا لعرض مستويات المقاومة الصحيحة خلال نطاق ذراع المقاومة بالكامل. يلزم ذلك عند تركيب الوحدة أو استبدال وحدة التحكم أو لوحة المستشعر أو في حال تفكيك الوحدة.

1. اضغط مع الاستمرار على السهم المتجه لأعلى ▲ والسهم المتجه لأسفل ▼ لمدة 3 ثوانٍ.
2. تنقل في قائمة **صندوق الأدوات** وصولاً إلى **التشخيصات** باستخدام السهم المتجه لأسفل ▼ .
3. اضغط على المفتاح **انطلاق / دخول** للدخول إلى **التشخيصات**.



4. ادفع ذراع المقاومة إلى الأمام للوصول إلى أعلى مستويات المقاومة.
5. اضغط مع الاستمرار على السهم المتجه لأعلى ▲ لمدة ثلاث ثوانٍ إلى أن يومض القسم **قيمة الفرامل** . يتم تخزين أعلى قيمة.
6. اسحب ذراع المقاومة إلى الخلف للوصول إلى أقل مستويات المقاومة.
7. اضغط مع الاستمرار على السهم المتجه لأسفل ▼ لمدة ثلاث ثوانٍ إلى أن يومض القسم **قيمة الفرامل** . يتم تخزين أقل قيمة.
8. اضغط على المفتاح **انطلاق / دخول** من أجل **العودة** إلى قائمة صندوق الأدوات.
9. اضغط على السهم المتجه لأسفل ▼ لتحديد **خروج** في قائمة الإعدادات.
10. اضغط على المفتاح **انطلاق / دخول** للخروج من **صندوق الأدوات**.

### قائمة التشخيصات

رقم مراجعة البرامج.	جهاز التدريب ARC TRAINER
	<b>الضغط/درجة الحرارة</b> الضغط: لعرض الضغط الجوي بـ HPA (هكتوباسكال). درجة الحرارة : لعرض درجة الحرارة المحلية بالدرجة المئوية.
	لعرض قيمة موضع الفرامل. يتراوح النطاق بين P1 و P10.
	لعرض مستوى البطارية من 0 إلى 100% بزيادات قدرها 10%. سيتم عرض شاشة البطارية منخفضة عند 10%.

### اختبار التشغيل

استخدم التعليمات التالية لاختبار المقاومة الكاملة للوحدة:

1. حرك ذراع المقاومة إلى الأسفل وصولاً إلى أقل مقاومة.
2. تأكد من توقف ألواح القدم تمامًا.
3. أمسك بالبرازين لتثبيت نفسك أثناء الخطو فوق ألواح القدم.
4. ابدأ في الهرولة.
5. تأكد من أن لوحة التحكم ستضيء.
6. اضغط على المفتاح **انطلاق / دخول** .
7. تأكد من أن عداد المستوى عند المستوى 1 ومن أن المقاومة منخفضة.
8. تأكد من أن **القوة الكهربائية** معروضة على الشاشة.
9. حرك ذراع المقاومة إلى أعلى حتى المستوى 5.  
تأكد من أن المقاومة أعلى من المستوى 1.

10. حرك ذراع المقاومة إلى أعلى حتى المستوى 10.  
تأكد من أن المقاومة أعلى من المستوى 5.

11. حرك ذراع المقاومة إلى أسفل حتى المستوى 1.

12. اضغط على المفتاح إيقاف / مراجعة للخروج.

13. انتظر حتى تتوقف ألواح القدم تمامًا قبل التزلج عن الوحدة.

⚠️ **تحذير:** الأجزاء المتحركة وخطر السقوط.

- لتجنب التعرض لإصابة خطيرة، انتظر حتى تتوقف ألواح القدم تمامًا قبل التزلج عن الوحدة.
- يتعدى إيقاف الأجزاء المتحركة على الفور، فالوحدة غير مزودة بالتبديل الحر.

أمسك بالدرابزين لتثبيت نفسك أثناء التزلج عن الوحدة.

أكمل الاختبار.

### 3. التشغيل

#### الطاقة البشرية الفردية مقابل الطاقة الميكانيكية

⚠ تحذير: اختلاف الطاقة.

قد تختلف الطاقة البشرية الفردية اللازمة لتنفيذ التدريب عن الطاقة الميكانيكية المعروضة.

#### الاستخدام المقصود

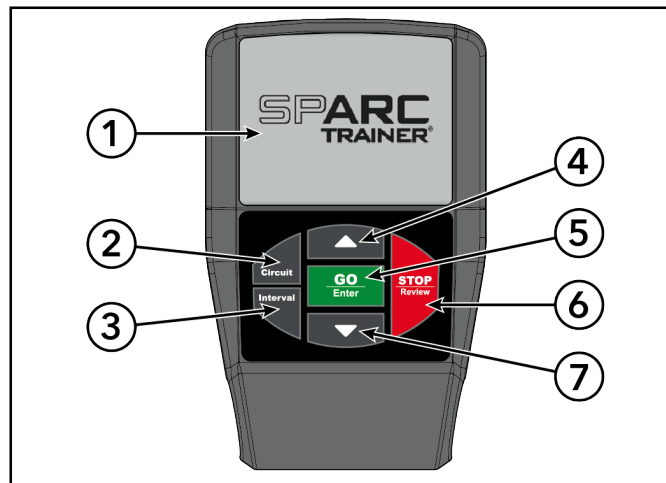
الاستخدام التجاري المقصود من هذا الجهاز هو المساعدة على التدريب وتحسين اللياقة البدنية العامة.

#### المصطلحات المستخدمة

يسرد هذا القسم بعض المصطلحات والرموز الشائعة المستخدمة في هذا الفصل. ويرد ذكر مصطلحات ورموز أخرى في هذا الفصل حسب الاقتضاء.

الناظرة	يعمل وضع الدائرة كوقت عد تصاعدي مناسب بشكل مثالي للاستخدام في الفصول الجماعية الصغيرة التي يوجد بها عدة مستخدمين يستخدمون الجهاز لفترات قصيرة. يمكن استخدامه كذلك مثل تشغيل سريع لجلسات تدريبية أطول.
الفاصل	يسمح وضع الفاصل للمستخدم بتحديد الفواصل الزمنية لمدة العمل والاستراحة مسبقاً بالإضافة إلى إجمالي عدد المجموعات التي يجب تنفيذها.
الراحة	فترة الجلسة التدريبية للفاصل التي تتم بكثافة منخفضة لتوفير الاستعادة بعد فاصل العمل في الجلسة التدريبية لوضع الفاصل.
النتائج	ستتم مراجعة بيانات التمرين المتراكمة في نهاية كل جلسة من جلسات التمرينات.
المجموعات	عدد مرات تنفيذ فاصل عمل راحة.
العمل	فترة الجهد عالي الكثافة في جلسة تدريبية للفاصل.

#### أدوات التحكم الخاصة بالمستخدم



الوصف	الاسم	عنصر التحكم	العنصر
لعرض كل المعلومات.	شاشة العرض		1
لتحديد التمرين التالي.	مفتاح التمرين التالي		2
لتحديد تمرين الفواصل.	مفتاح الفاصل		3
لزيادة الضغط. الانتقال إلى التالي في التوائم واللغات والقيم الافتراضية وغيرها من الإعدادات.	السهم المتجه لأعلى		4
لبدء التمرين التالي. أدخل الإعدادات أثناء إعداد تمرين الفواصل. حدد إعدادات في شاشة صندوق الأدوات ، للانتقال إلى الأمام في القائمة.	مفتاح الإطلاق/الدخول		5

العنصر	عنصر التحكم	الاسم	الوصف
6		مفتاح إيقاف/مراجعة	إنهاء التمرين. لإعادة ضبط وحدة التحكم. للرجوع إلى الخلف في قائمة الإعدادات.
7		السهم المنحني لأسفل	خفض الضبط. الانتقال إلى السابق في القوائم واللغات والقيم الافتراضية وغيرها من الإعدادات.

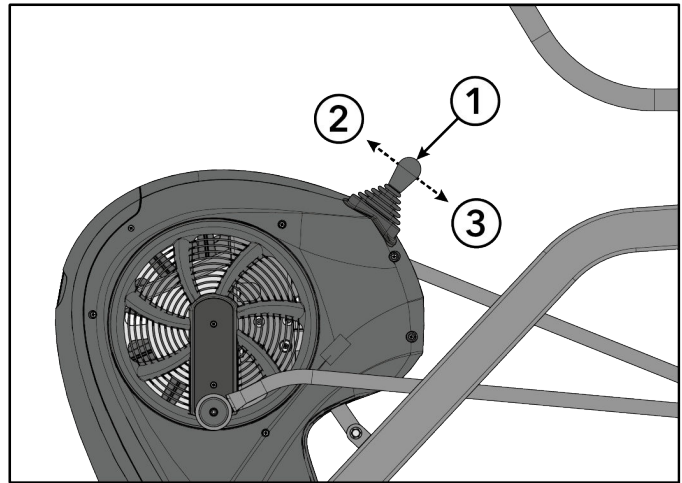
## ذراع المقاومة

تتغير المقاومة باستخدام ذراع المقاومة. يتراوح النطاق بين 1 إلى 10 زيادات تبلغ 1. وتُعرض التغييرات في المقاومة على شاشة العرض مع عداد المستوى .



1. اسحب ذراع المقاومة إلى الخلف لخفض مستوى المقاومة.

العنصر	الوصف	الكمية
1	ذراع المقاومة	1
2	إلى الأمام	1
3	إلى الخلف	1



2. ادفع ذراع المقاومة إلى الأمام لزيادة مستوى المقاومة.

## ركوب الوحدة والتزلج عنها

### تركيب الوحدة بأمان

1. تأكد من توقف ألواح القدم تمامًا.
2. أمسك بالدرابزين واخط على ألواح القدم بحذر.

### تفكيك الوحدة بأمان

⚠ تحذير: الأجزاء المتحركة وخطر السقوط.

- لتجنب التعرض لإصابة خطيرة، انتظر حتى تتوقف ألواح القدم تمامًا قبل النزول عن الوحدة.
- يتعذر إيقاف الأجزاء المتحركة على الفور، فالوحدة غير مزودة بالتبديل الحر.

1. أمسك الدرابين للحصول على الدعم.
2. توقف عن الهرولة.
3. انتظر حتى تتوقف ألواح القدم تمامًا.
4. استمر في الإمساك بالدرابين مع التزلج عن الوحدة بحذر.

## دليل التشغيل السريع

أقصى وزن للمستخدم هو 350 رطل (158 كجم).

فيما يلي نظرة عامة سريعة على تشغيل الوحدة.

1. تأكد من توقف ألواح القدم تمامًا.
  2. أمسك بالدرابزين واخط على ألواح القدم بحذر.
  3. ابدأ في الهرولة.
  3. اضغط على المفتاح المارة .
  4. اضغط على المفتاح انطلاق / دخول .
  5. اضبط ذراع المقاومة لتغيير المقاومة في أي وقت. سيقوم مقياس المستوى بعرض مستوى المقاومة الحالي.
  6. اضغط على المفتاح إيقاف / مراجعة في أي وقت لإنهاء التمرين.
- تعرض نتائج التمرين.

## دليل التشغيل المفصل

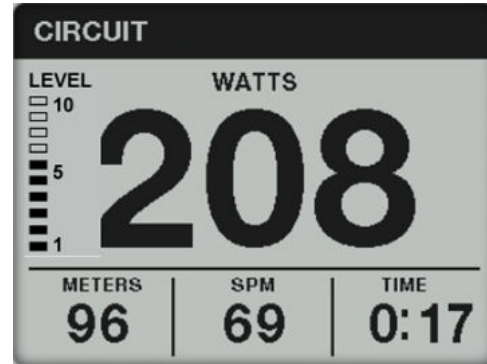
أقصى وزن للمستخدم هو 350 رطل (158 كجم).

1. تأكد من توقف ألواح القدم تمامًا.
2. أمسك بالدرابزين واخط على ألواح القدم بحذر.
3. ابدأ في الهرولة.
3. اختر تمرين المارة أو الفاصل .

## نظرة عامة على التمرين الدائري

يعمل وضع الدائرة كوقت عد تصاعدي مناسب بشكل مثالي للاستخدام في الفصول الجماعية الصغيرة التي يوجد بها عدة مستخدمين يستخدمون الجهاز لفترات قصيرة. يمكن استخدامه كذلك مثل تشغيل سريع لجلسات تدريبية أطول.

الوصف	الشاشة
لعرض مستوى المقاومة الحالي	المستوى
لعرض القوة الكهربائية الحالية	القوة الكهربائية
لعرض إجمالي الأمتار أو الكيلومترات	أمتار/كيلو مترات
لعرض عدد الخطوات في الدقيقة الحالي	خطوة في الدقيقة
لعرض إجمالي وقت التمرين	الوقت



## تمرين دائري

1. اضغط على المفتاح المارة .
  2. اضغط على المفتاح انطلاق / دخول .
  3. اضبط ذراع المقاومة لتغيير المقاومة في أي وقت. سيعرض عداد المستوى مستوى المقاومة الحالي.
  4. اضغط على المفتاح إيقاف / مراجعة في أي وقت لإنهاء التمرين.
- تعرض نتائج التمرين.
5. اضغط على السهم المتجه لأعلى ▲ أو السهم المتجه لأسفل ▼ لمراجعة النتائج.
  6. اضغط على إيقاف / مراجعة للخروج من التمرين.

## نظرة عامة على تدريب الفواصل

يسمح وضع الفاصل للمستخدم بتحديد الفواصل الزمنية لمدة العمل والاستراحة مسبقًا بالإضافة إلى إجمالي عدد المجموعات التي يجب تنفيذها.

الشاشة	الوصف
العمل	التدريب أثناء هذا الفاصل
الراحة	الراحة أثناء هذا الفاصل
المجموعات	عدد المجموعات المتبقي في التمرين
المستوى	لعرض مستوى المقاومة الحالي
SEC	مؤقت عد تنازلي للفاصل التالي.
أمتار/كيلو مترات	لعرض إجمالي الأمتار أو الكيلومترات
القوة الكهربائية	لعرض القوة الكهربائية الحالية
إجمالي الوقت	لعرض إجمالي وقت التمرين



#### تمرين الفواصل

1. اضغط على المفتاح الفاصل .
2. اضبط وقت التمرين باستخدام السهم المتجه لأعلى ▲ أو السهم المتجه لأسفل ▼ . يتراوح النطاق بين 10 إلى 180 زيادات قدرها 10 ثوان.
3. اضغط على المفتاح انطلاق / دخول .
4. اضبط وقت الراحة باستخدام السهم المتجه لأعلى ▲ أو السهم المتجه لأسفل ▼ . يتراوح النطاق بين 10 إلى 180 زيادات قدرها 10 ثوان.
5. اضغط على المفتاح انطلاق / دخول .
6. اضبط إجمالي الفواصل باستخدام السهم المتجه لأعلى ▲ أو السهم المتجه لأسفل ▼ . يتراوح النطاق بين 1 إلى 30 زيادات في الفاصل بمقدار 1. سيتم عرض إجمالي وقت التمرين.
7. اضغط على المفتاح انطلاق / دخول .  
يتم عرض عد تنازلي لمدة ثلاث ثوان 3 . . . 2 . . . 1 . يبدأ تمرين الفواصل بالجلسة الأولى العمل .
8. ابدأ في الهرولة . ستبدل شاشة العرض بين شاشات العمل و الراحة . يقوم المؤقت بالعد التنازلي للفاصل التالي.

الراحة أثناء قسم الراحة	الهرولة أثناء قسم العمل

9. اضبط ذراع المقاومة لتغيير المقاومة في أي وقت. سيعرض عداد المستوى مستوى المقاومة الحالي.
10. اضغط على المفتاح إيقاف / مراجعة في أي وقت لإنهاء التمرين.  
تعرض نتائج التمرين.
11. اضغط على السهم المتجه لأعلى ▲ أو السهم المتجه لأسفل ▼ لمراجعة النتائج.
12. اضغط على المفتاح إيقاف / مراجعة .

#### النتائج

بمجرد أن يبدأ المستخدم في التدريب، تقوم الوحدة بمتابعة وعرض البيانات التالية:

- |                           |                               |
|---------------------------|-------------------------------|
| أقصى قدرة كهربية          | أعلى جهد طاقة حمل العمل.      |
| متوسط القدرة الكهربائية   | متوسط جهد طاقة حمل العمل.     |
| AVG SPM (خطوة في الدقيقة) | متوسط عدد الخطوات في الدقيقة. |

ثانية : دقيقة	ثانية : دقيقة	00:01 إلى 99:99
دقيقة	دقائق	100 دقيقة أو أكثر

أمتار/كيلو مترات

إجمالي المسافة بالأمتار أو الكيلومترات. لعرض الأمتار حتى 499 متر، ثم عرض كم بدء من 0.5 كم.

السرعات الحرارية

إجمالي السرعات الحرارية المتراكمة المحروقة أثناء التمرين.

اضغط على السهم المتجه لأعلى ▲ أو السهم المتجه لأسفل ▼ لمراجعة النتائج.

شاشة النتائج 2	شاشة النتائج 1

### كيفية حساب دخل الطاقة مقابل القيمة المعروضة

يتم حساب إجمالي الطاقة، معروضة باللوات في وحدة التحكم، من السرعة المقاسة للرياح والمقاومة المتوفرة من فرامل Eddy الحالية. يتم تعويض تغير الطاقة بسبب الظروف الجوية عن طريق دمج تعليقات من مستشعرات الضغط الجوي ودرجة الحرارة الموجودة بالجهاز.

## 4. الصيانة

يجب تنفيذ جميع أنشطة الصيانة بانتظام. قد يساعد تنفيذ إجراءات الصيانة الوقائية الروتينية في توفير التشغيل الآمن والحالي من المشاكل بالنسبة لجميع أجهزة Life Fitness. Life Fitness ليست مسؤولة عن تنفيذ إجراءات الفحص والصيانة المعتمدة الخاصة بالآلات. فأعلم جميع الموظفين بإجراءات فحص وصيانة الأجهزة وكذلك بالإبلاغ عن وتسجيل الحوادث. يتوفر ممثلو Life Fitness للإجابة على أي أسئلة قد تراودك.

### تحذيرات

**نصيحة:** اقرأ كل التحذيرات المضمنة في هذا الفصل.

**تحذير:** للصيانة والخدمة والإصلاح:

- يجب ألا يقوم بالتنفيذ إلا موظفي الخدمة المدربين
- لا تستخدم إلا الأجزاء البديلة من .
- أبعاد الماء والسوائل عن الأجزاء الكهربائية.

**تحذير:** خطر الجهاز.

لتجنب التعرض لإصابة خطيرة أو الوفاة، استبدل المكونات البالية أو التالفة على الفور وأوقف استخدام الجهاز حتى انتهاء الإصلاح.

### تنظيف الوحدة

#### الأدوات المطلوبة

- محلول تنظيف
- كحول للفرك
- قطعة قماش نظيفة
- مكنسة كهربائية

#### بعد كل استخدام

امسح أي سوائل مسكوبة على الفور. بعد كل تمرين، استخدم قطعة قماش لمسح أي عرق متبقي عن الدرابزين والأسطح المطلية. احذر من الانسكاب أو زيادة الرطوبة بين حافة لوحة التحكم ووحدة التحكم، لأن ذلك قد يخلق خطر كهربائي أو يتسبب في تعطل الإلكترونيات.

#### حسب الحاجة

قم بتنظيف أي بخار أو أساخ قد تتراكم أسفل أو حول الوحدة بمكنسة كهربائية. ينبغي تنظيف هذه المنطقة في الغالب حسب التعليمات المضمنة في جدول الخدمة.

### تنظيف وحدة التحكم

**ملاحظة:** لا تتم برش محلول التنظيف على وحدة التحكم مباشرة.

فقد يتسبب الرش المباشر في تلف الإلكترونيات وقد يبطل الضمان.

- قم برش عامل تنظيف معتدل على قطعة قماش.
- نظف وحدة التحكم وحامل الأكوام بقطعة قماش رطبة..

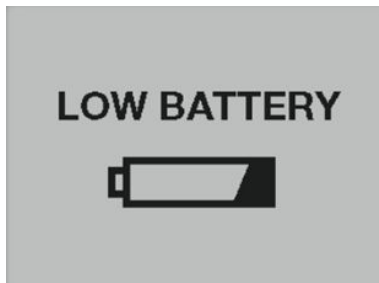
### تنظيف القاعدة

- قم برش عامل تنظيف معتدل على قطعة قماش.
- نظف القاعدة بقطعة قماش رطبة.

### البطاريات

تعمل وحدة التحكم ببطاريتين، خلية D، بطاريتين قلوئيتين.

إذا كان مستوى البطارية 10% أو أقل، فستعرض وحدة التحكم البطارية منخفضة عند بدء التشغيل.



استبدل البطاريات في حال ظهور البطارية منخفضة عند بدء التشغيل،

## التخزين أو فترات عدم الاستخدام الطويلة

عند عدم استخدام المنتج لأكثر من ستة أشهر، فينبغي إزالة البطاريات لمنع التسرب.

## التحقق من مستوى البطارية

يمكن التحقق من مستوى البطارية من خلال وحدة التحكم.

1. اضغط مع الاستمرار على السهم المتجه لأعلى ▲ والسهم المتجه لأسفل ▼ لمدة 3 ثوانٍ.
2. تنقل في قائمة صندوق الأدوات وصولاً إلى التشخيصات باستخدام السهم المتجه لأسفل ▼ .
3. اضغط على المفتاح **إطلاق / دخول** للدخول إلى التشخيصات.
1. يُعرض مستوى البطارية في شاشة تشخيصات .
  - المستويات 20-100% - البطاريات جيدة.
  - المستويات 0-10% - يجب استبدال البطاريات.
4. اضغط على المفتاح **إطلاق / دخول** من أجل العودة إلى قائمة صندوق الأدوات.
5. اضغط على السهم المتجه لأسفل ▼ لتحديد خروج في قائمة الإعدادات.
6. اضغط على المفتاح **إطلاق / دخول** للخروج من صندوق الأدوات.

## توقعات عمر البطارية

تظهر الاختبارات الهندسية متوسط عمر بطارية قدره 1,080 ساعة (45 يوماً) عند التشغيل على مدار اليوم مما يؤدي إلى:

1,080 يوماً عند التشغيل لمدة ساعة في اليوم (ما يقارب 3 سنوات)

540 يوماً عند التشغيل لمدة ساعتين في اليوم

360 يوماً عند التشغيل لمدة 3 ساعات في اليوم

من المتوقع أن يكون متوسط عمر البطارية 3 سنوات تقريباً.

يُوصى ببطاريات D-Cell ألكالين 18,000 ملي أمبير في الساعة:

Energizer E95

Energizer Max

Duracell MN1300

Duracell PC1300 Pro

Panasonic LR20-D

جميع بطاريات جهة التصنيع الأصلية (OEM) تنسم بمستوى مرتفع جداً من الأمبير/الساعة (انظر أعلاه) بينما لن تكون البدائل الأصلية بنفس الجودة.

**ملاحظة:** لم تختبر الهندسة بطاريات الليثيوم أو البطاريات القابلة للشحن. يبلغ جهد معظم البطاريات القابلة للشحن 1.2 فولت (مقارنةً بـ 1.5 فولت في بطارية الألكالين) وبالتالي فإن جهد بدء التشغيل المشترك المشحون تمامًا لها يبلغ 2.4 فولت فقط ومن المحتمل أن تؤدي إلى ظهور رسالة "البطارية منخفضة" لأجل غير مُسمى.

## استبدال البطارية

استبدل البطاريات ببطاريتين قلويتين، خلية D، جديدتين. إذا كانت البطاريات البديلة ضعيفة ومستواها 40% أو أقل، فستسخر الشاشة في عرض البطارية منخفضة عند بدء التشغيل.

**ملاحظة:** لا تستخدم بطاريات قابلة للشحن.

## الأدوات المطلوبة:

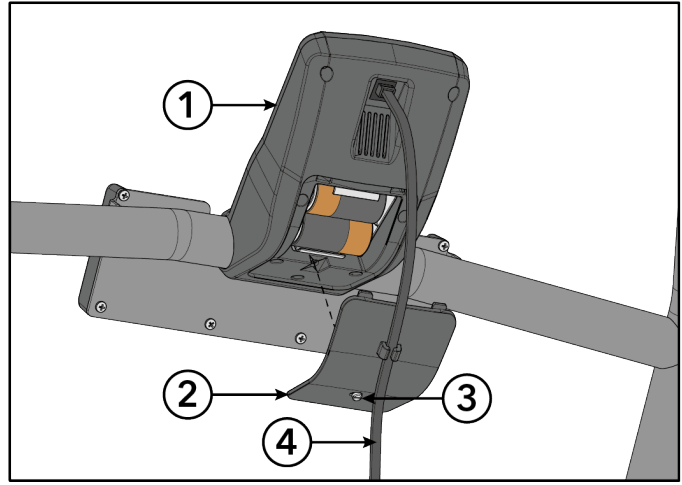
- مفك برأس مسطحة

**ملاحظة:** تلف المكون.

استبدلها بطاريتين قلويتين، خلية D، فقط. استخدم بطارتين متساويتان وجديدتان على الدوام، لها نفس تصنيف التيار ومن نفس جهة التصنيع.

1. تم بإزالة غطاء الوصول إلى البطارية عن طريق فك البرغي باستخدام مفك مسطح الرأس. سيظل البرغي في غطاء الوصول إلى البطارية.

الكمية	الوصف	العنصر
1	وحدة التحكم	1
1	غطاء الوصول إلى البطارية	2
1	برغي	3
1	كابل وحدة التحكم	4



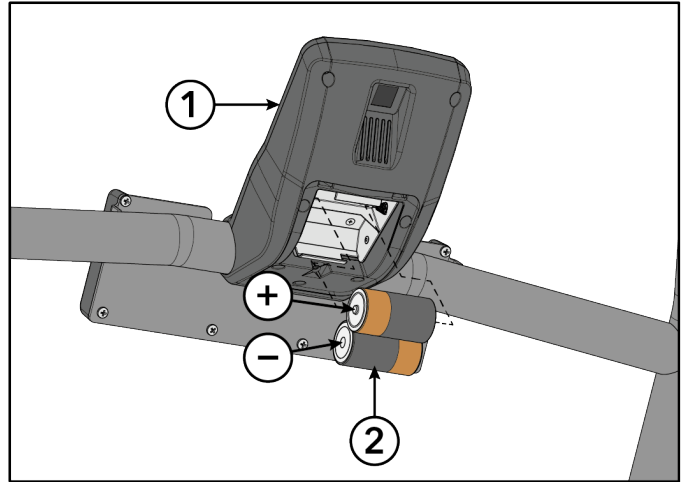
- سيظل برغي غطاء الوصول إلى البطارية في غطاء الوصول إلى البطارية.
- سيظل غطاء الوصول إلى البطارية في كابل وحدة التحكم.

2. تم بإزالة البطاريات من وحدة التحكم.

3. ملاحظة: يجب تركيب البطاريات في الاتجاه الصحيح.

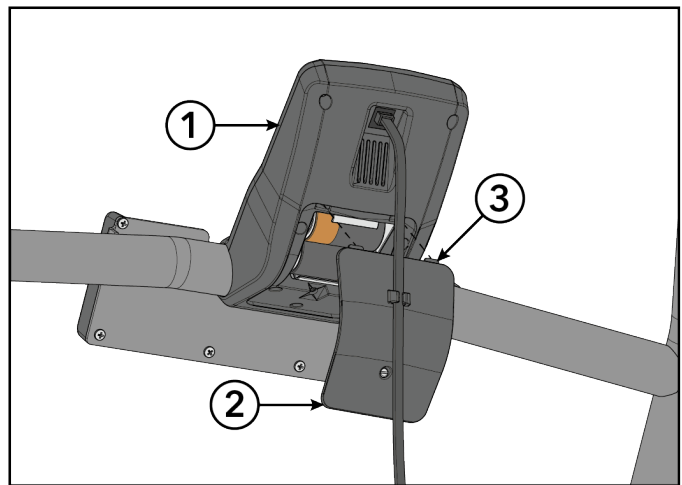
ركب البطارتان كما هو مبين.

الكمية	الوصف	العنصر
1	وحدة التحكم	1
2	البطارية، خلية D 1.5 فولت ألكالين	2



4. أدخل عروتا غطاء الوصول إلى البطارية في وحدة التحكم.

الكمية	الوصف	العنصر
1	وحدة التحكم	1
1	غطاء الوصول إلى البطارية	2
2	العروة	3



5. أحكم ربط غطاء الوصول إلى البطارية باستخدام مفك مسطح الرأس.

**ملاحظة:** تخلص من البطاريات على نحو آمن بعد الاستبدال أو قبل التخلص من الوحدة.

## جدول الخدمة

يبقى تنفيذ جميع أنشطة الصيانة بواسطة موظفين مؤهلين. قد يتسبب التصيرير في القيام بذلك في التعرض لإصابة خطيرة. هذا هو الحد الأدنى للخدمة الموصى بها.

## تحديد المسافة

1. تأكد من توقف ألواح القدم تمامًا.
  2. أمسك بالدرابزين واخط على ألواح القدم بحذر.
  3. اضغط مع الاستمرار على السهم المتجه لأعلى ▲ والسهم المتجه لأسفل ▼ لمدة 3 ثواني.
  4. تنقل في قائمة صندوق الأدوات وصولاً إلى الإحصائيات باستخدام السهم المتجه لأسفل ▼ .
  5. اضغط على المفتاح انطلاق / دخول للدخول إلى الإحصائيات.
  1. يتم عرض إجمالي وقت التشغيل و إجمالي وقت الجري في شاشة الإحصائيات .  
يُعرض الوقت على النحو التالي ## : ## : ## (أيام:ساعات:دقائق).
- ملاحظة:** يُسجل اليوم على أنه 24 ساعة من الاستخدام. لا توجد أيام مستخدمة أو أيام منذ التركيب.
6. لتسجيل إجمالي وقت الجري.
  7. اضغط على المفتاح انطلاق / دخول من أجل العودة إلى قائمة صندوق الأدوات.
  8. اضغط على السهم المتجه لأسفل ▼ لتحديد خروج في قائمة الإعداد.
  9. اضغط على المفتاح انطلاق / دخول للخروج من صندوق الأدوات.

## الإجراءات اليومية

انظر الإجراءات المنصلة في قسم تنظيف الوحدة .

1. تنظيف وحدة التحكم
2. تنظيف القاعدة.

## كل 6 أشهر

يبلغ إجمالي وقت التشغيل طوال 6 أشهر 6 أيام تقريبًا.

1. حرك الوحدة ونظف أسفل منها بمكنسة كهربائية. ارفع الجزء الخلفي من الوحدة وادفعها إلى الخلف من موضعها الحالي. نظف أسفل من الوحدة بمكنسة كهربائية وأعدّها إلى موضعها الطبيعي.
2. التحقق من مستوى البطارية.

## كل 12 شهرًا

يبلغ إجمالي وقت التشغيل طوال 12 شهرًا 12 يومًا تقريبًا.

اتصل بفني خدمة مؤهل للقيام بالإجراءات التالية.

1. فحص مجموعة الميل.
2. استبدال أي أجزاء متآكلة.
3. تشحيم جلب الميل.

## 5. مواصفات المنتج

التصنيف	EN ISO 20957 Class S (Studio)
الدقة	A
الطول المجمع	71 بوصة (180 سم)
العرض المجمع	34.7 بوصة (88 سم)
الارتفاع المجمع	60.6 بوصة (154 سم)
وزن المنتج	265 رطل (120 كجم)
وزن الشحن	330 رطل (150 كجم)
مستويات المقاومة	1-10 مستويات مقاومة الدراجة
نطاق المقاومة	المروحة 0-1000 وات، ذراع المقاومة (ECB) يضيف 0-400 وات إضافية
نظام الفرامل	فرامل Eddy الحالية غير المتضمنة لفراشي، ذات سرعة مستقلة
طول الهرولة	24 بوصة (61 سم) طول ثابت
التربينات	المائة والفصل
شاشة العرض	LCD - شاشة بلور سائل
ميزات وحدة التحكم	الشاشة الرسومية: عدد مستوى مقاومة الدراجة الشاشة الرقمية: أمتار/ك، نواني (عد تنازلي)، SPM (الخطوات في الدقيقة)، الوقت، الوقت الإجمالي، القدرة الكهربائية.
ألوان الإطار	أسود كازين مجعد
أقصى وزن للمستخدم	350 رطل (158 كجم)
مصدر الطاقة	بطارية الكالين 1.5 فولت (x2) D-Cell

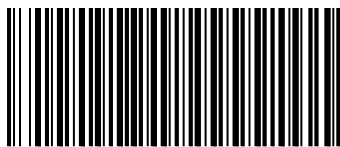
## 6. الضمان

### معلومات الضمان

من فضلك استخدم الرابط ادناه او امسح QR كود للوصول لمعلومات الضمان:

<http://lifefitness.com/warranties>





1018738-0002